الصَّلاة عِمَادُ الدِّين

THE FIVE DAILY PRAYERS IN ISLAM

ഇസ്‌ലാമിലെ അഞ്ച് നേരത്തെ നമസ്കാരം

ഖുർആനും ഹദീസും ചരിത്രവും ശാസ്ത്രവും
സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു സമഗ്ര പഠനക്കുറിപ്പ്

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا

"തീർച്ചയായും നമസ്കാരം സത്യവിശ്വാസികളുടെ മേൽ സമയം നിർണയിക്കപ്പെട്ട ഒരു നിർബന്ധ കടമയാകുന്നു."

സൂറ. അന്നിസാഅ് 4:103

വ്യക്തിപരമായ പഠനത്തിനും കുടുംബവുമായി
പങ്കുവെക്കുന്നതിനും വേണ്ടി തയ്യാറാക്കിയത്

ഉള്ളടക്കം (Table of Contents)

ഒരു ചെറിയ യാത്ര - അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിലേക്ക്

1. മുഖവുര / ആമുഖം 3
2. നമസ്കാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം 5
2.1 ഇസ്ലാമിന്റെ രണ്ടാമത്തെ സ്തംഭം 5
2.2 വിശ്വാസത്തിനും അവിശ്വാസത്തിനും ഇടയിലെ അതിർവരമ്പ് 5
2.3 ദാസനും അല്ലാഹുവും തമ്മിലുള്ള നേരിട്ടുള്ള സംഭാഷണം 6
3. ഖുർആൻ പറയുന്നത് 8
4. നബി (സ) പറഞ്ഞത് 12
5. നമസ്കാരം എങ്ങനെ നിർബന്ധമായി 14
5.1 ഇസ്റാഉം മിഅ്റാജും 14
5.2 അമ്പതിൽ നിന്ന് അഞ്ചിലേക്ക് 14
5.3 ചരിത്ര ടൈംലൈൻ 15
6. എന്തുകൊണ്ട് ഇത് നിർദ്ദേശിച്ചു 17
7. ഗവേഷകർ എന്ത് പറയുന്നു 19
8. ശാസ്ത്രീയമായി തെളിയിക്കപ്പെട്ട ഗുണങ്ങൾ 21
9. ഉപസംഹാരം 23
അവലംബങ്ങൾ (References) 25

1 മുഖവുര / ആമുഖം

ഒരു നിമിഷം നിർത്തി ചിന്തിക്കൂ - ഇന്ന് നിങ്ങളുടെ ദിവസം എങ്ങനെയായിരുന്നു? ധൃതിയിൽ ഉണർന്ന്, ജോലിത്തിരക്കുകൾക്കിടയിൽ ഓടിനടന്ന്, വീട്ടുകാര്യങ്ങൾക്കും ഫോൺ നോട്ടിഫിക്കേഷനുകൾക്കും ഇടയിൽ ശ്വാസം വിടാൻ പോലും നേരം കിട്ടാതെ... പരിചിതമായി തോന്നുന്നുണ്ടോ?

എന്നിട്ടും, ആ തിരക്കിനിടയിലും, ദിവസത്തിൽ അഞ്ചു തവണ ആരോ നിങ്ങളെ പതുക്കെ വിളിക്കുന്നു - "ഒന്ന് നിർത്തൂ. ഒന്ന് ശ്വാസമെടുക്കൂ. എന്നിലേക്ക് തിരിയൂ." അതാണ് **നമസ്കാരം (സ്വലാത്ത് / Salah)** - നിങ്ങളുടെ ദിവസത്തെ അഞ്ചു തവണ പിടിച്ചുനിർത്തി, ഹൃദയത്തെ വീണ്ടും ശരിയായ ദിശയിലേക്ക് തിരിക്കുന്ന ഒരു കൈ. ഇത് കേവലം ചില ചലനങ്ങളും വാക്കുകളും ആവർത്തിക്കുന്ന ഒരു ആചാരമല്ല; മറിച്ച്, നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ സ്രഷ്ടാവായ അല്ലാഹുവിനു മുന്നിൽ നേരിട്ട് ചെന്നു നിൽക്കുന്ന, ഹൃദയത്തെയും ശരീരത്തെയും ഒരുപോലെ തൊടുന്ന ഒരു അനുഭവമാണ്.

ഇസ്‌ലാമിന്റെ പഞ്ചസ്തംഭങ്ങളിൽ (അർകാനുൽ ഇസ്‌ലാം) ശഹാദത്ത് കഴിഞ്ഞാൽ ഉടനെ വരുന്ന രണ്ടാമത്തെ സ്തംഭമാണ് നമസ്കാരം എന്ന് നിങ്ങൾക്ക് അറിയാമായിരിക്കും. എന്നാൽ അതിനുമപ്പുറം ഒരു കാര്യമുണ്ട് - നിങ്ങൾ ഒരു മുസ്‌ലിമായി ജീവിക്കുന്നു എന്നതിന്റെ ഏറ്റവും ദൃശ്യമായ അടയാളം നിങ്ങളുടെ നമസ്കാരമാണ്. പ്രഭാതത്തിലെ ഫജ്ർ മുതൽ രാത്രിയിലെ ഇശാഅ് വരെ, ഉറക്കത്തിൽ നിന്നും ജോലിത്തിരക്കിൽ നിന്നും നിങ്ങളെ അല്ലാഹുവിലേക്ക് തിരികെ വിളിക്കുന്ന ഒരു താളമായി അത് നിങ്ങളുടെ ദിവസത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

ഈ ചെറു കുറിപ്പിലൂടെ നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് ഒരു യാത്ര പോകാം. ഖുർആൻ നമസ്കാരത്തെക്കുറിച്ച് എന്തു പറയുന്നു എന്ന് നമുക്ക് നോക്കാം, നബി (സ്വല്ലല്ലാഹു അലൈഹി വസല്ലം) അതിനെക്കുറിച്ച് എന്തു പഠിപ്പിച്ചു എന്ന് കേൾക്കാം, ചരിത്രത്തിലെ ആ അത്ഭുത രാത്രിയിലേക്ക് പോകാം, എന്തുകൊണ്ടാണ് ഇത് നമുക്ക് നിർദ്ദേശിക്കപ്പെട്ടത് എന്ന് ഒരുമിച്ച് ചിന്തിക്കാം, പണ്ഡിതന്മാരും ഗവേഷകരും ഇതിനെ എങ്ങനെ കാണുന്നു എന്നറിയാം, ഒടുവിൽ ആധുനിക ശാസ്ത്രം ഇതേക്കുറിച്ച് എന്തു കണ്ടെത്തി എന്നും നോക്കാം. നിങ്ങൾക്കും നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിനും വേണ്ടി, ആധികാരികമായ സ്രോതസ്സുകൾ മാത്രം ഉപയോഗിച്ചാണ് ഇത് ഒരുക്കിയിരിക്കുന്നത്.

ഒരു ചെറിയ ഉറപ്പ്: ഈ കുറിപ്പിൽ നിങ്ങൾ വായിക്കുന്ന എല്ലാ ഖുർആൻ സൂക്തങ്ങളും ഹദീസുകളും അംഗീകൃത സ്രോതസ്സുകളിൽ നിന്ന് (ഖുർആൻ, സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ജാമിഉ തിർമിദി) പരിശോധിച്ചുറപ്പിച്ചവയാണ്. അവലംബങ്ങൾ ഓരോ

ഉദ്ധരണിക്കും ഒപ്പം നൽകിയിട്ടുണ്ട് - നിങ്ങൾക്ക് സ്വയം പരിശോധിക്കാൻ കഴിയുന്ന വിധത്തിൽ.

2 നമസ്കാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം

നമസ്കാരം എന്താണെന്ന് നമുക്കറിയാം. പക്ഷേ എന്തുകൊണ്ടാണ് അതിന് ഇത്ര വലിയ സ്ഥാനം എന്ന് നിങ്ങൾ എപ്പോഴെങ്കിലും ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നമുക്ക് അതിലേക്ക് ഒന്ന് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലാം.

2.1 ഇസ്‌ലാമിന്റെ രണ്ടാമത്തെ സ്തംഭം

ഇസ്‌ലാം കെട്ടിപ്പടുത്തിരിക്കുന്നത് അഞ്ച് അടിസ്ഥാന സ്തംഭങ്ങളുടെ മേലാണെന്ന് നബി (സ) നിങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കുന്നു. ഇബ്നു ഉമർ (റ) നിവേദനം ചെയ്യുന്ന പ്രസിദ്ധമായ ഈ ഹദീസ് ഒന്ന് ശ്രദ്ധിച്ചു കേൾക്കൂ:

> بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ: شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَإِقَامِ الصَّلَاةِ، وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ، وَحَجِّ الْبَيْتِ، وَصَوْمِ رَمَضَانَ
>
> **"ഇസ്‌ലാം അഞ്ച് കാര്യങ്ങളുടെ മേൽ പടുത്തുയർത്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു: അല്ലാഹുവല്ലാതെ ആരാധനക്കർഹനായി മറ്റാരുമില്ലെന്നും മുഹമ്മദ് അല്ലാഹുവിന്റെ ദൂതനാണെന്നും സാക്ഷ്യം വഹിക്കൽ, നമസ്കാരം നിലനിർത്തൽ, സകാത്ത് നൽകൽ, ഹജ്ജ് നിർവഹിക്കൽ, റമദാൻ വ്രതമെടുക്കൽ."**
>
> *നിവേദകൻ: ഇബ്നു ഉമർ (റ) • സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, ഹദീസ് 8 • സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ഹദീസ് 16*

നിങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടോ - ശഹാദത്ത് (വിശ്വാസ പ്രഖ്യാപനം) കഴിഞ്ഞാൽ ഉടനെ പരാമർശിക്കപ്പെടുന്നത് നമസ്കാരമാണ് എന്ന്? അത് യാദൃച്ഛികമല്ല. സകാത്തും ഹജ്ജും വ്രതവും നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ നിശ്ചിത അവസരങ്ങളിലോ വർഷത്തിലൊരിക്കലോ മാത്രം വരുന്നവയാണെങ്കിൽ, നമസ്കാരം ദിവസവും അഞ്ചു തവണ നിങ്ങളെ തേടിവരുന്നു - അതുകൊണ്ടുതന്നെ അത് നിങ്ങളുടെ വിശ്വാസത്തിന്റെ ഏറ്റവും സ്ഥിരതയുള്ളതും, ജീവിതത്തിൽ തുടർച്ചയായി പ്രകടമാകുന്നതുമായ അടയാളമായി മാറുന്നു.

2.2 വിശ്വാസത്തിനും അവിശ്വാസത്തിനും ഇടയിലെ അതിർവരമ്പ്

നമസ്കാരത്തിന്റെ ഗൗരവം എടുത്തുകാട്ടുന്ന മറ്റൊരു ഹദീസ് ജാബിർ ബിൻ അബ്ദില്ല (റ)യിൽ നിന്ന് നിവേദനം ചെയ്യപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട് - ചെറുതായൊന്ന് കഠിനമായി

തോന്നാമെങ്കിലും, സത്യസന്ധമായി കേൾക്കേണ്ട ഒരു വാക്കാണിത്:

> بَيْنَ الرَّجُلِ وَبَيْنَ الشِّرْكِ وَالْكُفْرِ تَرْكُ الصَّلَاةِ
>
> **"ഒരു മനുഷ്യനും ശിർക്കിനും (ബഹുദൈവാരാധന) കുഫ്റിനും (നിഷേധം) ഇടയിലുള്ള അതിർവരമ്പ് നമസ്കാരം ഉപേക്ഷിക്കലാണ്."**
>
> *നിവേദകൻ: ജാബിർ ബിൻ അബ്ദില്ല (റ) • സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ഹദീസ് 82 (കിതാബുൽ ഈമാൻ)*

നമസ്കാരം ഇടക്കിടെ മുടങ്ങാറുണ്ടെങ്കിൽ, ഈ വാക്കുകൾ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിൽ ഒരു കൊളുത്തിവലി ഉണ്ടാക്കിയേക്കാം. പക്ഷേ ഓർക്കുക - ഇത് നിങ്ങളെ നിരാശപ്പെടുത്താനല്ല, മറിച്ച് നമസ്കാരത്തിന്റെ ഗൗരവം ഓർമിപ്പിക്കാനും, തിരികെ വരാൻ പതുക്കെ കൈപിടിച്ചു വിളിക്കാനുമാണ്. ഹൃദയത്തിൽ വിശ്വാസമുണ്ടെന്ന് പറയുകയും എന്നാൽ നമസ്കാരം പൂർണമായി ഉപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് ഗുരുതരമായ ഒരു വൈരുദ്ധ്യമായാണ് ഇസ്‌ലാമിക പണ്ഡിതന്മാർ കാണുന്നത്; അതുകൊണ്ടാണ് ഇത് "വിശ്വാസത്തിനും അവിശ്വാസത്തിനും ഇടയിലെ അതിർവരമ്പ്" എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത്.

2.3 ദാസനും അല്ലാഹുവും തമ്മിലുള്ള നേരിട്ടുള്ള സംഭാഷണം

നിങ്ങൾ നമസ്കാരത്തിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ യഥാർത്ഥത്തിൽ എന്താണ് സംഭവിക്കുന്നത് എന്ന് ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നമസ്കാരത്തെ മറ്റു ആരാധനാ കർമങ്ങളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമാക്കുന്ന ഒരു സവിശേഷത, അതിൽ ഒരു മധ്യസ്ഥനുമില്ലാതെ നിങ്ങൾ നേരിട്ട് നിങ്ങളുടെ റബ്ബിനോട് സംസാരിക്കുന്നു എന്നതാണ്. നിങ്ങൾ ഫാതിഹ സൂറത്ത് പാരായണം ചെയ്യുമ്പോൾ ഓരോ വാക്യത്തിനും അല്ലാഹു നേരിട്ട് മറുപടി നൽകുന്നു എന്ന് നബി (സ) പഠിപ്പിച്ച ഒരു ഹദീസ് ഖുദ്സിയുണ്ട് (സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ഹദീസ് 395) - ഇത് നമസ്കാരത്തെ ഒരു 'മുനാജാത്ത്' (സ്വകാര്യ സംഭാഷണം/രഹസ്യാലാപനം) ആക്കി മാറ്റുന്നു. ഓരോ റക്അത്തിലും നിങ്ങൾ "നീ മാത്രമാണ് ഞങ്ങൾ ആരാധിക്കുന്നത്, നിന്നോട് മാത്രമാണ് ഞങ്ങൾ സഹായം തേടുന്നത്" എന്ന് ഏറ്റുപറയുകയും, നിങ്ങളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ, ഭയങ്ങൾ, നന്ദി എന്നിവ നേരിട്ട് അല്ലാഹുവിങ്കൽ സമർപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

> **ചിന്തിക്കുക**
>
> *അടുത്ത തവണ ഫാതിഹ ഓതുമ്പോൾ, ഒരു നിമിഷം നിർത്തി ഓർക്കൂ - ഓരോ വാക്യത്തിനും അപ്പുറത്ത് നിന്ന് അല്ലാഹു നിങ്ങൾക്ക് നേരിട്ട് മറുപടി നൽകുന്നുണ്ട്. ഈ*

അർത്ഥത്തിൽ നമസ്കാരം ദിവസത്തിൽ അഞ്ചു തവണ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തെ അല്ലാഹുവുമായി പുതുക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു ബന്ധമാണ്.

3 ഖുർആൻ പറയുന്നത്

നമസ്കാരത്തിന്റെ ഗൗരവം നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കി. ഇനി, അല്ലാഹു തന്നെ ഇതേക്കുറിച്ച് എന്താണ് പറഞ്ഞതെന്ന് നമുക്ക് ഒരുമിച്ചിരുന്ന് വായിക്കാം.

ഖുർആൻ തുറന്നാൽ, നമസ്കാരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഓർമപ്പെടുത്തലുകൾ നൂറിലധികം സ്ഥലങ്ങളിൽ നിങ്ങളെ കാത്തിരിക്കുന്നുണ്ട്. അവയിൽ ചിലത് ഇവിടെ - അറബി മൂലം, കൃത്യമായ മലയാള പരിഭാഷ, ഹ്രസ്വമായ വ്യാഖ്യാന സന്ദർഭം എന്നിവയോടെ. ഓരോന്നും വായിക്കുമ്പോൾ, നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം ജീവിതത്തിലെ ഏതെങ്കിലും നിമിഷവുമായി അത് ചേർന്നു നിൽക്കുന്നത് നിങ്ങൾ കണ്ടെത്തിയേക്കാം.

3.1 നമസ്കാരം നിലനിർത്താനുള്ള കൽപ്പന

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ

"നിങ്ങൾ നമസ്കാരം മുറപ്രകാരം നിർവഹിക്കുകയും, സകാത്ത് നൽകുകയും, (അല്ലാഹുവിന് മുന്നിൽ) കുമ്പിടുന്നവരോടൊപ്പം കുമ്പിടുകയും ചെയ്യുവിൻ."

ബനൂ ഇസ്രാഈലിനെ അഭിസംബോധന ചെയ്യുന്ന സന്ദർഭത്തിലാണ് ഈ സൂക്തമെങ്കിലും, മുഫസ്സിറുകൾ ഇതിനെ എല്ലാ വിശ്വാസികൾക്കുമുള്ള പൊതു കൽപ്പനയായാണ് വിശദീകരിക്കുന്നത്. നമസ്കാരവും സകാത്തും ചേർത്തുപറയുന്നത് ശരീരം കൊണ്ടുള്ള ആരാധനയും ധനം കൊണ്ടുള്ള ആരാധനയും ഒരുമിച്ചു വേണമെന്ന് സൂചിപ്പിക്കുന്നു. "കുമ്പിടുന്നവരോടൊപ്പം" എന്ന പരാമർശം കൂട്ടുനമസ്കാരത്തിന്റെ (ജമാഅത്ത്) പ്രാധാന്യത്തിലേക്കും വിരൽ ചൂണ്ടുന്നു. അടുത്ത തവണ പള്ളിയിൽ ഒരു വരിയിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ ഓർക്കൂ - നിങ്ങൾ തനിച്ചല്ല കുമ്പിടുന്നത്.

സൂറ. അൽബഖറ 2:43

3.2 നമസ്കാരങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കൽ

حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ

"നിങ്ങൾ നമസ്കാരങ്ങൾ (കൃത്യമായി) സൂക്ഷിക്കുവിൻ - വിശിഷ്യാ മധ്യമമായ നമസ്കാരം. അല്ലാഹുവിന് പൂർണ വിധേയത്വത്തോടെ നിന്നു നമസ്കരിക്കുകയും ചെയ്യുവിൻ."

ജോലിത്തിരക്കിനിടയിൽ അസ്ർ നമസ്കാരം വിട്ടുപോകുന്നത് നിങ്ങൾക്കും പരിചിതമാണോ? "മധ്യമമായ നമസ്കാരം" (സ്വലാത്തുൽ വുസ്ത്വാ) ഏതെന്നതിൽ മുഫസ്സിറുകൾക്കിടയിൽ ചർച്ചയുണ്ടെങ്കിലും, ഭൂരിപക്ഷം പണ്ഡിതന്മാരും ഹദീസുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഇത് അസ്ർ നമസ്കാരമാണെന്ന് അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു - ജോലിത്തിരക്കും ക്ഷീണവും കൂടുതലുള്ള, മറന്നുപോകാൻ ഏറ്റവും സാധ്യതയുള്ള നേരം. യുദ്ധസമയത്തെ (സ്വലാത്തുൽ ഖൗഫ്) നമസ്കാര രീതി വിവരിക്കുന്ന സന്ദർഭത്തിലാണ് ഈ സൂക്തം വരുന്നത് - ഏത് പ്രതിസന്ധിയിലും നമസ്കാരം ഉപേക്ഷിക്കാൻ പാടില്ലെന്ന് ഇത് അടിവരയിടുന്നു.

സൂറ. അൽബഖറ 2:238

3.3 സമയബന്ധിതമായ നിർബന്ധ കടമ

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا

"തീർച്ചയായും നമസ്കാരം സത്യവിശ്വാസികളുടെ മേൽ സമയം നിർണയിക്കപ്പെട്ട ഒരു നിർബന്ധ കടമയാകുന്നു."

യുദ്ധസമയത്തും ഭയാവസ്ഥയിലും എങ്ങനെ നമസ്കരിക്കണം എന്ന് വിശദീകരിച്ച ശേഷമാണ് ഈ സൂക്തം വരുന്നത്. അതായത്, ഏറ്റവും ദുഷ്കരമായ സാഹചര്യത്തിൽ പോലും നമസ്കാരത്തിന്റെ സമയക്രമം ഒഴിവാക്കാവുന്നതല്ല - അതൊരു കൃത്യമായി രേഖപ്പെടുത്തിവെക്കപ്പെട്ട (മൗഖൂത്ത്) ബാധ്യതയാണ്. ജീവിതം എത്ര പ്രക്ഷുബ്ധമായാലും, ഈ അഞ്ചു നേരങ്ങൾ മാറ്റമില്ലാതെ നിലനിൽക്കുന്നു എന്നത് ഒരു തരം സ്ഥിരതയാണ് നിങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നത് - കാറ്റിലും കോളിലും ഉലയാത്ത ഒരു നങ്കൂരം.

സൂറ. അന്നിസാഅ് 4:103

3.4 ധാർമിക സംസ്കരണത്തിന്റെ ഉപാധി

اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ

"നിനക്ക് ബോധനം നൽകപ്പെട്ട വേദഗ്രന്ഥത്തിൽ നിന്ന് ഓതിക്കേൾപ്പിക്കുക; നമസ്കാരം മുറപ്രകാരം നിർവഹിക്കുകയും ചെയ്യുക. തീർച്ചയായും നമസ്കാരം നീചവൃത്തിയിൽ നിന്നും ദുരാചാരത്തിൽ നിന്നും തടയുന്നു. അല്ലാഹുവെ ഓർക്കുക എന്നത് ഏറ്റവും വലുതാകുന്നു."

"ഞാൻ നമസ്കരിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ, പിന്നെയും എന്തുകൊണ്ട് ഞാൻ ഇതേ തെറ്റുകൾ ആവർത്തിക്കുന്നു?" എന്ന് നിങ്ങൾ സ്വയം ചോദിച്ചിട്ടുണ്ടോ? നമസ്കാരത്തിന്റെ

ധാർമികവും സാമൂഹികവുമായ ഫലത്തെ ഏറ്റവും വ്യക്തമായി വിവരിക്കുന്ന സൂക്തമാണിത്. ഇത് ഒരു യാന്ത്രിക ഉറപ്പല്ല എന്ന് മുഫസ്സിറുകൾ ഓർമിപ്പിക്കുന്നു - മറിച്ച്, ആത്മാർത്ഥതയോടെ നിർവഹിക്കപ്പെടുന്ന നമസ്കാരം ക്രമേണ നിങ്ങളുടെ മനസ്സാക്ഷിയെ ബലപ്പെടുത്തുകയും, തിന്മയിൽ നിന്ന് സ്വാഭാവികമായി അകറ്റുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ സൂക്തം ഈ കുറിപ്പിന്റെ ആറാം ഭാഗത്ത് കൂടുതൽ വിശദമായി ചർച്ച ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

സൂറ. അൽഅൻകബൂത്ത് 29:45

3.5 ദിക്റിന് വേണ്ടിയുള്ള നമസ്കാരം

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

"തീർച്ചയായും ഞാൻ തന്നെയാകുന്നു അല്ലാഹു; ഞാനല്ലാതെ ഒരു ദൈവവുമില്ല. അതിനാൽ എന്നെ മാത്രം ആരാധിക്കുക, എന്നെ സ്മരിക്കുന്നതിനായി നമസ്കാരം മുറപോലെ നിർവഹിക്കുകയും ചെയ്യുക."

ദൂരെ ഒരു മലയിൽ, ഒറ്റക്ക്, ഒരു തീജ്വാല കണ്ട് നടന്നടുത്ത മൂസാ നബി (അ)യോട് അല്ലാഹു നേരിട്ട് പറഞ്ഞ വാക്കുകളാണിവ. നമസ്കാരത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന ലക്ഷ്യം "ദിക്റ്" - അല്ലാഹുവിനെ സ്മരിക്കൽ - ആണെന്ന് ഈ സൂക്തം നിങ്ങളോട് വ്യക്തമായി പറയുന്നു. നമസ്കാരം എല്ലാ പ്രവാചകന്മാരുടെയും ശരീഅത്തുകളിൽ നിലനിന്നിരുന്ന ഒരു പൊതു ആരാധനയാണെന്നും ഇത് സൂചിപ്പിക്കുന്നു - നിങ്ങൾ ഒരു നീണ്ട പാരമ്പര്യത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്.

സൂറ. ത്വാഹാ 20:14

3.6 ഭക്തിനിർഭരമായ നമസ്കാരവും വിജയവും

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ

"സത്യവിശ്വാസികൾ വിജയം പ്രാപിച്ചിരിക്കുന്നു - തങ്ങളുടെ നമസ്കാരത്തിൽ ഭക്തിനിർഭരരായി (ഖുശൂഅ്) വർത്തിക്കുന്നവരത്രെ അവർ."

നമസ്കാരത്തിൽ നിൽക്കുമ്പോൾ മനസ്സ് ജോലിയിലേക്കും നാളത്തെ പദ്ധതികളിലേക്കും അലഞ്ഞുപോകാറില്ലേ? നിങ്ങൾ ഒറ്റക്കല്ല ഈ അനുഭവത്തിൽ. സൂറത്തുൽ മുഅ്മിനൂനിന്റെ ആരംഭത്തിൽ, വിജയികളായ വിശ്വാസികളുടെ ഒന്നാമത്തെ ഗുണമായി എടുത്തുപറയുന്നത് നമസ്കാരത്തിലെ ഭക്തിയും (ഖുശൂഅ്)

ശ്രദ്ധയുമാണ്. അളവിലല്ല, ഗുണനിലവാരത്തിലാണ് ഊന്നൽ എന്ന് ഇവിടെ വ്യക്തമാണ് - ഖുശൂഅ് ഒറ്റ രാത്രി കൊണ്ട് നേടുന്നതല്ല, ജീവിതകാലം മുഴുവൻ സാവധാനം പരിശീലിക്കുന്ന ഒന്നാണ്.

സൂറ. അൽമുഅ്മിനൂൻ 23:1-2

ചിന്തിക്കുക

ഈ ആറു സൂക്തങ്ങളിലും ഒരു പൊതു ഇഴയുണ്ട് - നമസ്കാരം നിങ്ങളെ ഓർമിപ്പിക്കാനും, സംരക്ഷിക്കാനും, സ്ഥിരതയോടെ നിലനിർത്താനും വേണ്ടിയാണ് വന്നിരിക്കുന്നത്, ഭാരപ്പെടുത്താനല്ല. ഈ വാക്കുകൾ കേട്ട നബി (സ) സ്വന്തം ജീവിതത്തിൽ ഇത് എങ്ങനെ ജീവിച്ചു എന്ന് അടുത്ത ഭാഗത്ത് നമുക്ക് കേൾക്കാം.

4 നബി (സ) പറഞ്ഞത്

ഖുർആൻ കൽപ്പിച്ചത് നബി (സ്വല്ലല്ലാഹു അലൈഹി വസല്ലം) സ്വന്തം ജീവിതത്തിലൂടെ ജീവിച്ചുകാണിച്ചു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ വാക്കുകളിലേക്ക് നമുക്ക് ഒന്ന് ചെവിയോർക്കാം - അവയിൽ ഏറ്റവും പ്രസിദ്ധമായ മൂന്ന് ഹദീസുകൾ താഴെ.

4.1 അന്ത്യനാളിലെ ആദ്യ വിചാരണ

إِنَّ أَوَّلَ مَا يُحَاسَبُ بِهِ الْعَبْدُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عَمَلِهِ صَلَاتُهُ، فَإِنْ صَلَحَتْ فَقَدْ أَفْلَحَ وَأَنْجَحَ، وَإِنْ فَسَدَتْ فَقَدْ خَابَ وَخَسِرَ

"അന്ത്യനാളിൽ അടിമയുടെ കർമങ്ങളിൽ ആദ്യമായി വിചാരണ ചെയ്യപ്പെടുന്നത് അവന്റെ നമസ്കാരമാണ്. അത് നന്നായിരുന്നെങ്കിൽ അവൻ വിജയിക്കുകയും രക്ഷപ്പെടുകയും ചെയ്തു. അത് മോശമായിരുന്നെങ്കിൽ അവൻ പരാജയപ്പെടുകയും നഷ്ടത്തിലാവുകയും ചെയ്തു."

അന്ത്യനാൾ എന്ന ചിന്ത ചിലപ്പോൾ ഭയപ്പെടുത്തിയേക്കാം. പക്ഷേ ഈ ഹദീസ് നിങ്ങൾക്ക് വ്യക്തമായ ഒരു വഴി കാണിച്ചുതരുന്നു - നമസ്കാരം ശരിയായാൽ ബാക്കി കർമങ്ങളും നന്നാവാൻ സാധ്യത കൂടുതലാണെന്നും, അതിനാൽ നമസ്കാരത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരം നിങ്ങളുടെ മൊത്തം ജീവിതത്തിന്റെ പ്രതിഫലനമാണെന്നും പണ്ഡിതന്മാർ ഇതിൽ നിന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നു. ഇന്നത്തെ നമസ്കാരം ഒന്ന് നന്നാക്കാൻ ഇപ്പോൾ തന്നെ തുടങ്ങാം, അല്ലേ?

നിവേദകൻ: അബൂഹുറൈറ (റ) • ജാമിഉ തിർമിദി, ഹദീസ് 413 (ഹസൻ പദവി)

4.2 അഞ്ചു നേരം കുളിക്കുന്ന നദിയുടെ ഉപമ

أَرَأَيْتُمْ لَوْ أَنَّ نَهَرًا بِبَابِ أَحَدِكُمْ يَغْتَسِلُ فِيهِ كُلَّ يَوْمٍ خَمْسَ مَرَّاتٍ، هَلْ يَبْقَى مِنْ دَرَنِهِ شَيْءٌ؟ قَالُوا: لَا يَبْقَى مِنْ دَرَنِهِ شَيْءٌ. قَالَ: فَذَلِكَ مَثَلُ الصَّلَوَاتِ الْخَمْسِ، يَمْحُو اللَّهُ بِهِنَّ الْخَطَايَا

"നിങ്ങളിലൊരാളുടെ വീട്ടുവാതിൽക്കൽ ഒരു നദിയുണ്ടെന്നും അതിൽ അയാൾ ദിവസവും അഞ്ചു നേരം കുളിക്കുന്നു എന്നും സങ്കൽപ്പിക്കുക - അയാളുടെ ശരീരത്തിൽ അഴുക്ക് വല്ലതും ബാക്കിയാകുമോ?" സ്വഹാബികൾ പറഞ്ഞു: "ഒട്ടും ബാക്കിയാവില്ല." തിരുമേനി (സ) പറഞ്ഞു:

"അതു തന്നെയാണ് അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരത്തിന്റെ ഉപമ - അവ മുഖേന അല്ലാഹു പാപങ്ങൾ മായ്ച്ചുകളയുന്നു."

നല്ലൊരു കുളി കഴിഞ്ഞ്, ശരീരം ഭാരം കുറഞ്ഞതുപോലെ അനുഭവപ്പെട്ട ഒരു നിമിഷം നിങ്ങൾക്ക് ഓർമയുണ്ടോ? നബി (സ) പറയുന്നത്, ഓരോ നമസ്കാരവും നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിന് അതേ അനുഭവം നൽകുന്നു എന്നാണ്. ഈ ഉപമ നമസ്കാരത്തെ ഒരു ആത്മീയ ശുദ്ധീകരണ പ്രക്രിയയായി ചിത്രീകരിക്കുന്നു - ദിവസവും അഞ്ചു തവണ ചെറിയ പിഴവുകൾ കഴുകിക്കളയപ്പെടുന്നു എന്ന ഉറപ്പ് നിങ്ങൾക്ക് പ്രതീക്ഷയും തുടർച്ചയായ ആത്മ പുനഃപരിശോധനയും നൽകുന്നു.

നിവേദകൻ: അബൂഹുറൈറ (റ) • സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, ഹദീസ് 528 • സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ഹദീസ് 667

4.3 കണ്ണിന്റെ കുളിർമ

حُبِّبَ إِلَيَّ مِنَ الدُّنْيَا النِّسَاءُ وَالطِّيبُ، وَجُعِلَ قُرَّةُ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ

"ഇഹലോകത്ത് സ്ത്രീകളും സുഗന്ധവും എനിക്ക് പ്രിയങ്കരമാക്കപ്പെട്ടു; എന്നാൽ എന്റെ കണ്ണിന്റെ കുളിർമ നമസ്കാരത്തിലാണ് നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടത്."

നമസ്കാരം ചിലപ്പോൾ "ചെയ്തുതീർക്കേണ്ട ഒരു കാര്യം" ആയി നിങ്ങൾക്ക് തോന്നാറില്ലേ? നബി (സ)ക്ക് അത് നേരെ മറിച്ചായിരുന്നു - ഒരു ബാധ്യതയല്ല, മറിച്ച് ഏറ്റവും വലിയ ആശ്വാസവും ആനന്ദവുമായിരുന്നു നമസ്കാരം എന്ന് ഈ വചനം കാണിക്കുന്നു. പ്രയാസങ്ങൾ നേരിടുമ്പോൾ "ബിലാൽ, നമസ്കാരത്തിലൂടെ നമുക്ക് ആശ്വാസം കണ്ടെത്താം" എന്ന് നബി (സ) പറയാറുണ്ടായിരുന്നു എന്നും ഹദീസുകളിൽ കാണാം. നിങ്ങൾക്കും അതൊരു ബാധ്യതയല്ല, ഒരു അഭയമാവട്ടെ.

നിവേദകൻ: അനസ് ബിൻ മാലിക് (റ) • സുനനു നസാഈ, ഹദീസ് 3939 (സ്വഹീഹ് ഗ്രേഡ്)

ഒരു കുറിപ്പ്: ഈ ഭാഗത്ത് നിങ്ങൾ വായിച്ച എല്ലാ ഹദീസുകളും അതത് ഗ്രന്ഥങ്ങളിലെ ഹദീസ് നമ്പറുകൾ സഹിതം നൽകിയിരിക്കുന്നു. കൂടുതൽ അറിയാൻ ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിൽ, സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം എന്നിവയുടെ പ്രസ്തുത അധ്യായങ്ങൾ നേരിട്ട് പരിശോധിക്കാവുന്നതാണ്.

5 നമസ്കാരം എങ്ങനെ നിർബന്ധമായി

ഇനി, ഈ അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരം നമ്മിലേക്ക് എത്തിച്ചേർന്ന ആ അത്ഭുത രാത്രിയുടെ കഥയിലേക്ക് നമുക്ക് പോകാം.

5.1 ഇസ്റാഉം മിഅ്റാജും

സങ്കൽപ്പിച്ചു നോക്കൂ - ഒരൊറ്റ രാത്രി, ഭൂമിയിൽ നിന്ന് ഏഴ് ആകാശങ്ങൾക്കപ്പുറത്തേക്ക്. നമസ്കാരം അഞ്ചു നേരമായി അന്തിമമായി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടത് ഇസ്ലാമിക ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും അത്ഭുതകരമായ സംഭവങ്ങളിലൊന്നായ **ഇസ്റാഉം മിഅ്റാജും** നടന്ന ആ രാത്രിയിലാണ്. നബി (സ)യെ മക്കയിലെ മസ്ജിദുൽ ഹറാമിൽ നിന്ന് ജറൂസലമിലെ മസ്ജിദുൽ അഖ്സ്വായിലേക്ക് (ഇസ്റാഅ്) ഒരൊറ്റ രാത്രിയിൽ കൊണ്ടുപോവുകയും, അവിടെ നിന്ന് ഏഴ് ആകാശങ്ങൾ കടന്ന് (മിഅ്റാജ്) സിദ്റത്തുൽ മുന്തഹാ വരെ ഉയർത്തപ്പെടുകയും ചെയ്തു എന്നാണ് ഖുർആനും ഹദീസുകളും വിവരിക്കുന്നത്.

> سُبْحَانَ الَّذِي أَسْرَىٰ بِعَبْدِهِ لَيْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ إِلَى الْمَسْجِدِ الْأَقْصَى
>
> **"തന്റെ ദാസനെ ഒരു രാത്രിയിൽ മസ്ജിദുൽ ഹറാമിൽ നിന്ന് മസ്ജിദുൽ അഖ്സ്വായിലേക്ക് കൊണ്ടുപോയവൻ എത്ര പരിശുദ്ധൻ!"**
>
> *സൂറ. അൽഇസ്റാഅ് 17:1*

യാത്രക്കിടയിൽ ആദം, ഇബ്റാഹീം, മൂസാ, ഈസാ (അലൈഹിമുസ്സലാം) തുടങ്ങിയ മുൻകാല പ്രവാചകന്മാരെ വിവിധ ആകാശങ്ങളിൽ വെച്ച് നബി (സ) കണ്ടുമുട്ടിയതായി ഹദീസുകളിൽ വിശദമായി വിവരിക്കപ്പെടുന്നു. ഈ യാത്ര ഹിജ്റക്ക് ഏകദേശം ഒന്നു മുതൽ മൂന്നു വർഷം മുമ്പുവരെയുള്ള കാലയളവിൽ നടന്നതായി ചരിത്രകാരന്മാർ കണക്കാക്കുന്നു; കൃത്യമായ വർഷത്തെയും തീയതിയെയും കുറിച്ച് ആദ്യകാല സ്രോതസ്സുകളിൽ ഏകാഭിപ്രായമില്ല എന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ് - 27 റജബ് എന്ന തീയതി പിൽക്കാല പാരമ്പര്യത്തിൽ പ്രചാരത്തിലുള്ളതാണെങ്കിലും, ഇത് ആധികാരികമായി സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ട ഒന്നല്ലെന്ന് പല ഹദീസ് പണ്ഡിതന്മാരും ചൂണ്ടിക്കാട്ടിയിട്ടുണ്ട്.

5.2 അമ്പതിൽ നിന്ന് അഞ്ചിലേക്ക്

അഞ്ചു നേരം നമസ്കരിക്കുന്നത് തന്നെ ചിലപ്പോൾ ഭാരിച്ചതായി നിങ്ങൾക്ക് തോന്നിയേക്കാം. എന്നാൽ ഓർക്കുക - ആദ്യം കൽപ്പിക്കപ്പെട്ടത് അമ്പത്

നേരമായിരുന്നു. മിഅ്റാജിന്റെ രാത്രിയിൽ അല്ലാഹു ആദ്യം അമ്പത് നേരത്തെ നമസ്കാരമാണ് നിർബന്ധമാക്കിയത്. തിരിച്ചിറങ്ങുന്ന വഴിയിൽ ആറാം ആകാശത്ത് വെച്ച് മൂസാ നബി (അ)യെ കണ്ടുമുട്ടിയപ്പോൾ, തന്റെ സമുദായത്തിന് അമ്പത് നേരത്തെ നമസ്കാരം ഭാരിച്ചതായിരിക്കുമെന്ന് ചൂണ്ടിക്കാട്ടി മൂസാ (അ) നബി (സ)യോട് അല്ലാഹുവിങ്കൽ തിരികെച്ചെന്ന് ഇളവ് ചോദിക്കാൻ ഉപദേശിച്ചു. നബി (സ) ആവർത്തിച്ച് അല്ലാഹുവിങ്കൽ തിരികെപ്പോവുകയും, ഓരോ തവണയും എണ്ണം കുറയുകയും ചെയ്തു - അമ്പതിൽ നിന്ന് നാൽപ്പത്, മുപ്പത്, ഇരുപത്, പത്ത്, ഒടുവിൽ അഞ്ച് എന്ന നിലയിലെത്തി. ഈ സംഭവം അനസ് ബിൻ മാലിക് (റ) നിവേദനം ചെയ്യുന്ന ദീർഘമായ ഹദീസിൽ വിശദമായി രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്:

> فَهِيَ خَمْسٌ وَهِيَ خَمْسُونَ، لَا يُبَدَّلُ الْقَوْلُ لَدَيَّ
>
> **"(അല്ലാഹു പറഞ്ഞു:) അവ അഞ്ചാണ്; എന്നാൽ (പ്രതിഫലത്തിൽ) അമ്പതിന് തുല്യമാണ്. എന്റെയടുക്കൽ വാക്ക് മാറ്റപ്പെടുകയില്ല."**
>
> അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരം എന്ന ബാഹ്യമായ എണ്ണം, അമ്പതു നേരത്തെ പ്രതിഫലം എന്ന ആന്തരിക യാഥാർഥ്യത്തിലേക്ക് ചുരുക്കപ്പെട്ടു എന്നാണ് ഈ വാക്യം സൂചിപ്പിക്കുന്നത് - അല്ലാഹുവിന്റെ കാരുണ്യത്തിന്റെയും നിങ്ങളുടെ പ്രയാസലഘൂകരണത്തിന്റെയും ഒരു മാതൃകയായി ഇത് പണ്ഡിതന്മാർ വിശദീകരിക്കുന്നു. അടുത്ത തവണ അഞ്ചു നേരം നമസ്കരിക്കുന്നത് ഭാരമായി തോന്നുമ്പോൾ, ഓർക്കുക - അല്ലാഹു അത് നിങ്ങൾക്കായി പത്തിലൊന്നായി കുറച്ചുതന്നതാണ്. മൂസാ നബി (അ)യുടെ ആവർത്തിച്ചുള്ള ഉപദേശം, മുൻകാല സമുദായങ്ങളുടെ അനുഭവപരിചയത്തിൽ നിന്ന് പുതിയ സമുദായത്തിന് ലഭിച്ച ഗുണകരമായ മാർഗനിർദേശമായും വായിക്കപ്പെടുന്നു.
>
> *നിവേദകൻ: അനസ് ബിൻ മാലിക് (റ) • സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, ഹദീസ് 349, 3887 • സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം, ഹദീസ് 164 (കിതാബുൽ ഈമാൻ)*

ഇവിടെ ശ്രദ്ധേയമായ ഒരു കാര്യം കൂടിയുണ്ട് - ഇസ്‌ലാമിലെ മറ്റെല്ലാ അനുഷ്ഠാനങ്ങളും (സകാത്ത്, നോമ്പ്, ഹജ്ജ്) ഭൂമിയിൽ വെച്ച് ജിബ്‌രീൽ (അ) മുഖേനയോ വഹ്‌യിലൂടെയോ നിർബന്ധമാക്കപ്പെട്ടപ്പോൾ, നമസ്കാരം മാത്രം നബി (സ) നേരിട്ട് ആകാശത്ത് വെച്ച് അല്ലാഹുവിൽ നിന്ന് സ്വീകരിച്ച ഒരു കൽപ്പനയാണ്. ഇത് നമസ്കാരത്തിന്റെ അസാധാരണമായ സ്ഥാനത്തെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

5.3 ചരിത്ര ടൈംലൈൻ: മക്കാ കാലഘട്ടവും മിഅ്റാജിനു ശേഷവും

മിഅ്റാജിനു മുമ്പ്, മക്കയിലെ ആദ്യകാല മുസ്‌ലിംകൾ നിശ്ചിത അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരം അനുഷ്ഠിച്ചിരുന്നില്ല എന്നാണ് ഭൂരിഭാഗം ചരിത്രകാരന്മാരും അഭിപ്രായപ്പെടുന്നത്. ഖുർആനിലെ "രാവിലെയും വൈകുന്നേരവും അല്ലാഹുവിനെ സ്തുതിക്കുക" (ഉദാ: സൂറ. ത്വാഹാ 20:130, സൂറ. ഖാഫ് 50:39) പോലുള്ള സൂക്തങ്ങളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി, പ്രഭാതത്തിലും സന്ധ്യക്കും രണ്ട് ആരാധനാ വേളകൾ ഉണ്ടായിരുന്നിരിക്കാമെന്ന് ചില മുഫസ്സിറുകൾ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നുണ്ടെങ്കിലും, ഇതു സംബന്ധിച്ച റിപ്പോർട്ടുകൾ ദുർബലമോ വ്യാഖ്യാനാധിഷ്ഠിതമോ ആണ്. മിഅ്റാജിനു ശേഷം, ജിബ്രീൽ (അ) രണ്ട് ദിവസങ്ങളിലായി നബി (സ)ക്ക് അഞ്ചു നമസ്കാരങ്ങളുടെയും കൃത്യമായ സമയപരിധികൾ നേരിട്ട് നമസ്കരിച്ചു കാണിച്ചുകൊടുത്തതായി അബൂദാവൂദ്, തിർമിദി എന്നിവയിൽ ഇബ്നു അബ്ബാസ് (റ) നിവേദനം ചെയ്യുന്നു. ചുവടെയുള്ള പട്ടിക ഈ ചരിത്ര ഘട്ടങ്ങളെ സംഗ്രഹിക്കുന്നു.

ഘട്ടം	സ്ഥിതി
മക്കാ കാലഘട്ടം (ആദ്യഘട്ടം)	നിശ്ചിത അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരം സ്ഥിരപ്പെട്ടിരുന്നില്ല; ദിക്റും ദുആയും പ്രധാനമായിരുന്നു എന്ന് കരുതപ്പെടുന്നു (ഇതു സംബന്ധിച്ച റിപ്പോർട്ടുകൾ പരിമിതം)
ഇസ്റാഉം മിഅ്റാജും (ഹിജ്റക്ക് ഏകദേശം 1-3 വർഷം മുമ്പ്)	അമ്പതിൽ നിന്ന് അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരമായി അന്തിമ കൽപ്പന ലഭിക്കുന്നു
മിഅ്റാജിനു ശേഷമുള്ള ദിവസങ്ങൾ	ജിബ്രീൽ (അ) നമസ്കാര സമയങ്ങൾ പ്രായോഗികമായി പഠിപ്പിക്കുന്നു (അബൂദാവൂദ്, തിർമിദി)
മദീനാ കാലഘട്ടം	ബാങ്ക് വിളി സ്ഥാപനം, ജമാഅത്ത് നമസ്കാരം സാമൂഹികമായി ക്രമപ്പെടുത്തൽ, ഖിബ്‌ല മാറ്റം (2 ഹിജ്റ)

ചരിത്രപരമായ ജാഗ്രത: ഇസ്റാഇന്റെയും മിഅ്റാജിന്റെയും കൃത്യമായ വർഷം, മാസം, തീയതി എന്നിവയിൽ ആദ്യകാല ചരിത്രകാരന്മാർക്കിടയിൽ (ഇബ്നു ഇസ്ഹാഖ്, ഇബ്നു കഥീർ തുടങ്ങിയവർ) ഭിന്നാഭിപ്രായമുണ്ട്. സംഭവത്തിന്റെ യാഥാർഥ്യത്തിലും അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരം അതിലൂടെ നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടു എന്നതിലും ഹദീസ് പണ്ഡിതന്മാർക്കിടയിൽ ഏകാഭിപ്രായമുണ്ടെങ്കിലും, കൃത്യമായ കലണ്ടർ തീയതി ഒരു ചരിത്രപരമായ അനുമാനം മാത്രമാണ്.

6 എന്തുകൊണ്ട് ഇത് ഇസ്‌ലാമിൽ നിർദ്ദേശിച്ചു

നമസ്കാരത്തിന്റെ ചരിത്രം നമ്മൾ അറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞു. ഇനി, എന്തുകൊണ്ടാണ് അല്ലാഹു ഇത് നിങ്ങൾക്കായി തിരഞ്ഞെടുത്തത് എന്ന് ഒന്ന് ആലോചിക്കാം.

6.1 ആത്മീയ ലക്ഷ്യങ്ങൾ: ദിക്റ്, അച്ചടക്കം, വിനയം, നന്ദി

നേരത്തെ കണ്ട സൂറ ത്വാഹാ 20:14 വ്യക്തമാക്കുന്നതു പോലെ, നമസ്കാരത്തിന്റെ പ്രാഥമിക ലക്ഷ്യം "ദിക്റ്" - അല്ലാഹുവിനെ ഓർക്കൽ - ആണ്. തിരക്കുപിടിച്ച നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിൽ ദിവസവും അഞ്ചു തവണ എല്ലാം നിർത്തിവെച്ച് അല്ലാഹുവിന് മുന്നിൽ നിൽക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തെ ഭൗതികതയിൽ നിന്ന് ഇടക്കിടെ മോചിപ്പിക്കുകയും, ജീവിതത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ ലക്ഷ്യം ഓർമിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് സ്വാഭാവികമായി ഒരു ആത്മീയ അച്ചടക്കം സൃഷ്ടിക്കുന്നു - സമയക്രമം പാലിക്കൽ, ശുദ്ധി (വുദൂഅ്) സൂക്ഷിക്കൽ, ഏകാഗ്രത (ഖുശൂഅ്) പരിശീലിക്കൽ എന്നിവയെല്ലാം ഇതിന്റെ ഭാഗമാണ്. സുജൂദിൽ (സാഷ്ടാംഗം) നിങ്ങളുടെ നെറ്റി നിലത്തു വെക്കുന്ന ആ നിമിഷം - ശരീരം കൊണ്ട് പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന ഏറ്റവും വലിയ വിനയത്തിന്റെ രൂപമാണ് - അഹങ്കാരത്തിനെതിരെയുള്ള ഒരു നിരന്തര ഓർമപ്പെടുത്തലാണ്.

6.2 സാമൂഹിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ: സമത്വവും കൂട്ടായ്മയും

ജമാഅത്തായി (കൂട്ടം ചേർന്ന്) നമസ്കരിക്കുന്നത് ഇസ്‌ലാമിൽ പ്രത്യേകം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കപ്പെട്ട കാര്യമാണ്. അടുത്ത തവണ പള്ളിയിൽ ചെല്ലുമ്പോൾ ഒന്ന് ചുറ്റും നോക്കൂ - പണക്കാരനും പാവപ്പെട്ടവനും, നേതാവും സാധാരണക്കാരനും തോളോട് തോൾ ചേർന്ന് ഒരേ വരിയിൽ നിൽക്കുന്നത് നിങ്ങൾ കാണും. ഇത് ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിക്കുന്ന മനുഷ്യസമത്വത്തിന്റെ ഏറ്റവും പ്രകടമായ ചിത്രീകരണമാണ്. നിരകൾ നേരെയാക്കാനും ഇടതൂർന്ന് നിൽക്കാനും നബി (സ) പ്രത്യേകം നിർദേശിച്ചിരുന്നു (സ്വഹീഹ് ബുഖാരി, ഹദീസ് 723). ദിവസത്തിൽ അഞ്ചു തവണ അയൽവാസികളും സമൂഹാംഗങ്ങളും ഒത്തുചേരുന്നത് സ്വാഭാവികമായി നിങ്ങളുടെ സാമൂഹിക ബന്ധം ദൃഢമാക്കുകയും, പരസ്പര ക്ഷേമാന്വേഷണത്തിനും വിവരക്കൈമാറ്റത്തിനും അവസരമൊരുക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

6.3 ധാർമിക-മാനസിക ലക്ഷ്യങ്ങൾ: തിന്മയിൽ നിന്നുള്ള സംരക്ഷണം

സൂറ അൽഅൻകബൂത്ത് 29:45-ൽ കണ്ടതു പോലെ, "നമസ്കാരം നീചവൃത്തിയിൽ നിന്നും ദുരാചാരത്തിൽ നിന്നും തടയുന്നു" എന്നത് ഇസ്‌ലാമിക ധാർമികശാസ്ത്രത്തിലെ ഒരു കേന്ദ്ര തത്വമാണ്. ഇവിടെ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട ഒരു കാര്യമുണ്ട് - ഇത് ഒരു യാന്ത്രിക ഉറപ്പല്ല, നമസ്കരിക്കുന്ന ഏതൊരാളും ഒരിക്കലും തിന്മ ചെയ്യില്ല എന്നല്ല ഇതിനർത്ഥം. മറിച്ച്, ആത്മാർത്ഥതയോടെയും ബോധപൂർവവും നിങ്ങൾ നിർവഹിക്കുന്ന നമസ്കാരം ക്രമേണ നിങ്ങളുടെ മനസ്സാക്ഷിയെ ബലപ്പെടുത്തുകയും, തിന്മ ചെയ്യുന്നതിന് മുമ്പ് ആന്തരികമായി തടയുന്ന ഒരു ശക്തിയായി പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു എന്നാണ് ഇബ്നു കഥീർ അടക്കമുള്ള മുഫസ്സിറുകൾ വിശദീകരിക്കുന്നത്. ദിവസത്തിൽ അഞ്ചു തവണ "ഞാൻ അല്ലാഹുവിന് മുന്നിൽ ഉത്തരവാദിയാണ്" എന്ന ഓർമപ്പെടുത്തൽ ലഭിക്കുന്ന നിങ്ങൾക്ക്, ആ ബോധം ദൈനംദിന തീരുമാനങ്ങളിലും സ്വാഭാവികമായി പ്രതിഫലിക്കും.

7 ഗവേഷകർ എന്ത് പറയുന്നു

നമസ്കാരത്തിന്റെ ആത്മീയവും സാമൂഹികവുമായ ലക്ഷ്യങ്ങൾ നമ്മൾ കണ്ടു. ഇനി, ഇതേ ചോദ്യങ്ങളെ പണ്ഡിതന്മാരും ഗവേഷകരും എങ്ങനെ സമീപിച്ചു എന്ന് ഒന്ന് നോക്കാം - പലരും ചോദിക്കാറുള്ള കൗതുകകരമായ ചില ചോദ്യങ്ങളാണിവ.

7.1 ക്ലാസിക്കൽ ഇസ്ലാമിക പണ്ഡിതന്മാർ

ഇമാം ഗസ്സാലി (റഹി) തന്റെ പ്രസിദ്ധമായ "ഇഹ്‌യാ ഉലൂമുദ്ദീൻ" എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ നമസ്കാരത്തിന്റെ ബാഹ്യരൂപത്തേക്കാൾ അതിന്റെ ആന്തരിക അവസ്ഥ (ഹുദൂറുൽ ഖൽബ് - ഹൃദയസാന്നിധ്യം) പ്രധാനമാണെന്ന് ഊന്നിപ്പറയുന്നു. നിങ്ങൾ ശരീരം കൊണ്ടു മാത്രം നിർവഹിക്കുന്ന നമസ്കാരവും ഹൃദയം കൊണ്ട് കൂടി നിർവഹിക്കുന്ന നമസ്കാരവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസമാണ് യഥാർത്ഥ ആത്മീയ നേട്ടം നിർണയിക്കുന്നതെന്ന് അദ്ദേഹം വാദിക്കുന്നു. ഇബ്നുൽ ഖയ്യിം (റഹി) തന്റെ "അസ്സ്വലാത്തു വ ഹുക്മു താരികിഹാ" എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ നമസ്കാരത്തിന്റെ സമയക്രമീകരണത്തിലെ യുക്തിയെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുന്നു - ഓരോ നമസ്കാര സമയവും നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ഒരു പ്രധാന ഘട്ടത്തെ (ഉറക്കമുണരൽ, ജോലിയുടെ ഇടവേള, സന്ധ്യ, രാത്രി) അടയാളപ്പെടുത്തുന്നു എന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിരീക്ഷണം.

7.2 സമകാലിക മുസ്ലിം പണ്ഡിതന്മാർ

ആധുനിക കാലത്തെ പല ഇസ്ലാമിക ചിന്തകരും നമസ്കാരത്തെ "സമയ വിനിയോഗത്തിന്റെ പരിശീലനം" ആയി അവതരിപ്പിക്കാറുണ്ട് - തിരക്കുപിടിച്ച ആധുനിക ജീവിതത്തിൽ, നിശ്ചിത സമയങ്ങളിൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നിർത്തിവെച്ച് ആത്മപരിശോധന നടത്താൻ നിങ്ങളെ നിർബന്ധിക്കുന്ന ഒരു ഘടനയായി ഇതിനെ വിശദീകരിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരു കാര്യം വ്യക്തമായി മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുണ്ട് - ഇത്തരം വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ ഹിക്മത്ത് (യുക്തി/തത്വജ്ഞാനം) സംബന്ധിച്ച പണ്ഡിതോപദേശങ്ങളാണ്. നമസ്കാരം നിർബന്ധമാക്കപ്പെട്ടതിന്റെ അടിസ്ഥാന കാരണം അല്ലാഹുവിന്റെ കൽപ്പനയാണ്; ഈ വിശദീകരണങ്ങൾ അതിന്റെ അനുബന്ധ ജ്ഞാനവും ഗുണങ്ങളും മനസ്സിലാക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഊഹാധിഷ്ഠിത നിരീക്ഷണങ്ങളാണ്, അവ സ്വയം മതപരമായ തെളിവല്ല.

7.3 തുലനാത്മക മതപഠന വീക്ഷണം

ഇസ്‌ലാമിക പണ്ഡിതന്മാർക്ക് പുറമെ, മതസാമൂഹ്യശാസ്ത്രജ്ഞരും (sociologists of religion) തുലനാത്മക മതപഠന ഗവേഷകരും അനുഷ്ഠാന ആരാധന (ritual worship) മനുഷ്യസമൂഹങ്ങളിൽ വഹിക്കുന്ന പൊതു ധർമങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠിച്ചിട്ടുണ്ട് - ഇത് പലർക്കും കൗതുകമുള്ള ഒരു കോണാണ്. ഉദാഹരണത്തിന്, ഫ്രഞ്ച് സാമൂഹ്യശാസ്ത്രജ്ഞൻ എമിൽ ദർഖൈം മുന്നോട്ടുവെച്ച സിദ്ധാന്തമനുസരിച്ച്, കൂട്ടായ മതാനുഷ്ഠാനങ്ങൾ ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ ഐക്യബോധം ("collective effervescence") ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ പൊതു സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര സിദ്ധാന്തം ജമാഅത്ത് നമസ്കാരത്തിന്റെ സാമൂഹിക പ്രവർത്തനം വിശകലനം ചെയ്യാൻ ചില ഗവേഷകർ ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതുപോലെ, മതചരിത്രകാരനായ മിർച്ച എലിയാദെയുടെ "വിശുദ്ധ സമയം" (sacred time) എന്ന ആശയവും - അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ ദൈനംദിന സമയത്തെ ആവർത്തിച്ച് വിശുദ്ധമായ നിമിഷങ്ങളാക്കി മാറ്റുന്നു എന്ന നിരീക്ഷണവും - നമസ്കാരത്തിന്റെ ദൈനംദിന ആവർത്തനത്തെ വിശദീകരിക്കാൻ ചിലർ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

പ്രധാനം: ഈ ഭാഗത്ത് പരാമർശിച്ച സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര/മതതത്വശാസ്ത്ര വീക്ഷണങ്ങൾ പൊതുവായ അക്കാദമിക് സിദ്ധാന്തങ്ങളാണ് - ഇവ പ്രത്യേകമായി "നമസ്കാരത്തെ" പഠിച്ചുണ്ടാക്കിയ നിഗമനങ്ങളല്ല, മറിച്ച് പൊതു മതാനുഷ്ഠാന പഠനത്തിൽ നിന്നുള്ള ചട്ടക്കൂടുകളാണ്. ഇവയെ ഇസ്‌ലാമിക പ്രമാണങ്ങളുമായി തുലനം ചെയ്യുന്നത് ഒരു അക്കാദമിക വീക്ഷണകോണ് മാത്രമായി മനസ്സിലാക്കണം, മതപരമായ സ്ഥിരീകരണമായല്ല.

8 ശാസ്ത്രീയമായി തെളിയിക്കപ്പെട്ട ഗുണങ്ങൾ

നമസ്കാരത്തിന്റെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ഗുണങ്ങളെക്കുറിച്ച് നിങ്ങളും എപ്പോഴെങ്കിലും ഓൺലൈനിൽ വായിച്ചിട്ടുണ്ടാകും - പലതും കൗതുകകരമായ അവകാശവാദങ്ങളാണ്. ഇവയിൽ ചിലത് യഥാർത്ഥ ശാസ്ത്ര ഗവേഷണത്തെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളവയാണ്; മറ്റു ചിലത് അമിതമായി പെരുപ്പിച്ചു കാണിക്കപ്പെട്ടതോ ശാസ്ത്രീയമായി തെളിയിക്കപ്പെടാത്തതോ ആണ്. നിങ്ങളോട് സത്യസന്ധത പുലർത്തുക എന്നതാണ് ഞങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യം, അതിശയോക്തിയല്ല - അതുകൊണ്ട് ഇവ രണ്ടും വേർതിരിച്ചു തന്നെ ഇവിടെ അവതരിപ്പിക്കുന്നു.

8.1 ശാരീരിക ഗുണങ്ങൾ

സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടത്: നിൽപ്പ്, റുകൂഅ് (കുമ്പിടൽ), സുജൂദ് (സാഷ്ടാംഗം), ഇരിപ്പ് എന്നിങ്ങനെ ആവർത്തിക്കുന്ന ചലനങ്ങൾ ശാരീരികമായി മൃദുവായ സ്ട്രെച്ചിംഗിനും (stretching) ജോയിന്റ് ചലനത്തിനും (joint mobility) സമാനമായ ഫലം നൽകുന്നു എന്നത് പൊതുവായ ഫിസിയോതെറാപ്പി തത്വങ്ങളുമായി യോജിക്കുന്നതാണ്. ചില ചെറുകിട ഗവേഷണങ്ങൾ (ഉദാ: ചില ദക്ഷിണേഷ്യൻ, മലേഷ്യൻ സർവകലാശാലകളിൽ നടന്ന ഇലക്ട്രോമയോഗ്രാഫിക് പഠനങ്ങൾ) നമസ്കാര ചലനങ്ങളിലെ പേശീ പ്രവർത്തനം സൗമ്യമായ യോഗ പോലുള്ള വ്യായാമങ്ങളോട് സാമ്യമുള്ളതാണെന്ന് കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്.

പരിമിതമായ/സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെടാത്തത്: "സുജൂദ് തലച്ചോറിലേക്കുള്ള രക്തയോട്ടം നിശ്ചിത ശതമാനം വർധിപ്പിക്കുന്നു" അല്ലെങ്കിൽ "നമസ്കാരം നിർദിഷ്ട രോഗങ്ങളെ സുഖപ്പെടുത്തുന്നു" എന്ന തരത്തിലുള്ള കൃത്യമായ അളവുകൾ അവകാശപ്പെടുന്ന പ്രചാരണങ്ങൾ, വലിയ സാമ്പിൾ വലുപ്പത്തിലുള്ളതും സമപരിശോധന (peer review) കടന്നതുമായ ശക്തമായ ശാസ്ത്രീയ പഠനങ്ങളുടെ പിന്തുണയില്ലാത്തവയാണ്. നിലവിലുള്ള മിക്ക പഠനങ്ങളും ചെറിയ സാമ്പിൾ വലുപ്പമുള്ളവയോ പ്രാഥമിക ഘട്ടത്തിലുള്ളവയോ ആണ്; അവയെ അന്തിമ ശാസ്ത്രീയ തെളിവായി കണക്കാക്കാൻ കഴിയില്ല.

8.2 മാനസികാരോഗ്യ ഗുണങ്ങൾ

സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടത്: ജോൺ കബാത്ത്-സിൻ (Jon Kabat-Zinn) വികസിപ്പിച്ച "മൈൻഡ്ഫുൾനെസ്-ബേസ്ഡ് സ്ട്രെസ് റിഡക്ഷൻ" (MBSR) പോലുള്ള ഘടനാപരമായ, ആവർത്തിച്ചുള്ള, ഏകാഗ്രത ആവശ്യമുള്ള ധ്യാനരീതികൾ സമ്മർദ്ദവും ഉത്കണ്ഠയും കുറക്കുന്നു എന്നത് നിരവധി മെറ്റാ-അനാലിസിസുകളിലൂടെ സമപരിശോധന കടന്ന്

സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ട വസ്തുതയാണ്. നിങ്ങളുടെ നമസ്കാരത്തിന് ഈ ധ്യാനരീതികളുമായി ഘടനാപരമായ സാമ്യമുണ്ട് - ആവർത്തനം, ഏകാഗ്രത, ശ്വാസനിയന്ത്രണത്തിനു സമാനമായ താളാത്മകത എന്നിവ പങ്കുവെക്കുന്നു.

പ്രാഥമികം/പരിമിതം: പ്രത്യേകമായി മുസ്ലിം ജനസംഖ്യയിൽ നമസ്കാരത്തിന്റെ ആവൃത്തിയും ഉത്കണ്ഠ/വിഷാദം എന്നിവയുടെ കുറവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം പരിശോധിക്കുന്ന ചില പഠനങ്ങൾ (ഉദാ: "Journal of Religion and Health" പോലുള്ള ജേണലുകളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ടവ) നിലവിലുണ്ട്. എന്നാൽ ഇവ ഭൂരിഭാഗവും പരസ്പര ബന്ധിതത്വം (correlation) മാത്രം കാണിക്കുന്ന പഠനങ്ങളാണ് - അതായത്, നമസ്കാരം തന്നെയാണ് കാരണമെന്ന് (causation) തെളിയിക്കുന്നവയല്ല. മതവിശ്വാസം, സാമൂഹിക പിന്തുണ, ജീവിതശൈലി തുടങ്ങിയ മറ്റു ഘടകങ്ങളും ഈ ഫലങ്ങളിൽ പങ്കുവഹിച്ചേക്കാം.

8.3 ജൈവഘടികാരവും (Circadian Rhythm) ജീവിതശൈലിയും

സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ടത്: ക്രോണോബയോളജി (chronobiology) ഗവേഷണത്തിൽ നന്നായി സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു വസ്തുതയാണ്, സ്ഥിരമായ ഉണർച്ചാ സമയവും പ്രഭാത വെളിച്ചത്തിന്റെ എക്സ്പോഷറും ജൈവഘടികാരത്തെ (circadian rhythm) ക്രമപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നു എന്നത്. ഫജ്ർ നമസ്കാരത്തിനായി നിങ്ങൾ നേരത്തെ എഴുന്നേൽക്കുന്ന ശീലം, ഈ പൊതു ഉറക്ക-ശാസ്ത്ര തത്വവുമായി ഘടനാപരമായി യോജിക്കുന്നു. അതുപോലെ, ദിവസത്തിൽ അഞ്ചു നിശ്ചിത സമയങ്ങൾ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള ജീവിതക്രമം പൊതുവായ ദിനചര്യാ അച്ചടക്കത്തിനും (routine discipline) സഹായകമാണ് എന്നത് പെരുമാറ്റശാസ്ത്രത്തിൽ അംഗീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു തത്വമാണ്.

ശ്രദ്ധിക്കുക: ഇത് നമസ്കാരത്തെ പ്രത്യേകമായി പഠിച്ചുള്ള നിഗമനമല്ല, മറിച്ച് പൊതു ഉറക്ക/ജൈവഘടികാര ശാസ്ത്രത്തിലെ അറിവ് നമസ്കാരത്തിന്റെ സമയക്രമവുമായി ചേർത്തുവായിക്കുന്ന ഒരു യുക്തിസഹമായ നിരീക്ഷണം മാത്രമാണ്.

പൊതു മുന്നറിയിപ്പ്: നിങ്ങളുടെ നമസ്കാരത്തിന്റെ ആത്മീയ മൂല്യം അതിന്റെ ശാസ്ത്രീയ "തെളിവുകളെ" ആശ്രയിച്ചല്ല നിലനിൽക്കുന്നത് - അത് അല്ലാഹുവിന്റെ കൽപ്പനയാണ് എന്നതാണ് അടിസ്ഥാന കാരണം. മേൽപ്പറഞ്ഞ ശാസ്ത്രീയ നിരീക്ഷണങ്ങൾ അനുബന്ധ ഗുണങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു എന്നല്ലാതെ, സ്ഥിരീകരിക്കപ്പെടാത്ത അവകാശവാദങ്ങൾ "ശാസ്ത്രീയ തെളിവ്" ആയി അവതരിപ്പിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.

9 ഉപസംഹാരം

ഇവിടെ വരെ എത്തിയ നിങ്ങൾക്ക് ഒരു നന്ദി പറയട്ടെ. നമുക്ക് ഒരുമിച്ച് ഒരു നീണ്ട യാത്ര ചെയ്തു - ഖുർആൻ അതിനെ ഒരു നിർബന്ധ കടമയായി വിശേഷിപ്പിക്കുന്നത് കേട്ടു, നബി (സ) അതിനെ വിശ്വാസത്തിന്റെ അതിർവരമ്പായി പഠിപ്പിക്കുന്നത് കണ്ടു, ചരിത്രം അതിന്റെ നിർബന്ധത്തിന് ആകാശലോകത്തോളം ഉയരുന്ന ഒരു പശ്ചാത്തലം നൽകുന്നത് അറിഞ്ഞു, പണ്ഡിതന്മാർ അതിന്റെ ആന്തരിക യുക്തികൾ വിശദീകരിക്കുന്നത് ശ്രവിച്ചു, ആധുനിക ഗവേഷണം അതിന്റെ ചില അനുബന്ധ ഗുണങ്ങളിലേക്ക് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നത് കണ്ടു.

ഈ എല്ലാ വീക്ഷണകോണുകളും ഒരുമിച്ചു ചേർത്തുവായിക്കുമ്പോൾ ഒരു കാര്യം നിങ്ങൾക്ക് വ്യക്തമായിരിക്കും - നമസ്കാരം കേവലം ശരീരം കൊണ്ടുള്ള ഒരു ആചാരമല്ല, മറിച്ച് നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തെ അല്ലാഹുവിലേക്ക് ദിവസവും അഞ്ചു തവണ തിരികെ കൊണ്ടുവരുന്ന, നിങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ ക്രമപ്പെടുത്തുകയും ശുദ്ധീകരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു സമഗ്ര ജീവിതരീതിയാണ്. ഇത് ഒരു ബാധ്യതയായി മാത്രം കാണേണ്ട ഒന്നല്ല - മറിച്ച്, ഓരോ ദിവസവും അഞ്ചു തവണ നിങ്ങൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഒരു ക്ഷണമാണ്: നിർത്തുക, ശ്വാസമെടുക്കുക, തിരികെ വരിക.

ഇനി ഇവിടെ നിന്ന് നിങ്ങൾ എന്ത് ചെയ്യും എന്നതാണ് പ്രധാനം. ഇന്നത്തെ അടുത്ത നമസ്കാരം - അത് ളുഹ്റോ അസ്റോ മഗ്‌രിബോ ആകട്ടെ - ഒരു പുതിയ തുടക്കമായി കണ്ടുകൂടേ? തിരക്കിനിടയിൽ ധൃതിപിടിച്ചു തീർക്കുന്ന ഒന്നല്ല, മറിച്ച് നിങ്ങൾ കാത്തിരിക്കുന്ന ഒരു നിമിഷമായി അത് മാറട്ടെ. നമസ്കാരത്തെ വെറുമൊരു ബാധ്യതയായല്ല, മറിച്ച് അല്ലാഹുവുമായുള്ള ഒരു നിത്യ കൂടിക്കാഴ്ചയായി അനുഭവിക്കാൻ ഇത് നിങ്ങളെ സഹായിക്കട്ടെ എന്ന് ഞാൻ ആത്മാർത്ഥമായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. "ബിലാൽ, നമസ്കാരത്തിലൂടെ നമുക്ക് ആശ്വാസം കണ്ടെത്താം" എന്ന് നബി (സ) പറഞ്ഞതു പോലെ, ഓരോ നമസ്കാരവും നിങ്ങൾക്ക് ഒരു ആശ്വാസവും പുതുക്കലുമായി മാറട്ടെ.

അവസാനമായി ഒരു ചിന്ത

നിങ്ങൾ ഈ കുറിപ്പ് വായിച്ചു തീർത്തിരിക്കുന്നു - അത് തന്നെ ഒരു ചെറിയ കാര്യമല്ല. ഇനി, ഈ അറിവ് ഹൃദയത്തിൽ നിന്ന് പ്രവൃത്തിയിലേക്ക് എത്തിക്കാനുള്ള ഊഴമാണ്. ഒരൊറ്റ നമസ്കാരത്തിൽ നിന്ന് തുടങ്ങൂ - ഇന്ന്, ഇപ്പോൾ, ഈ നിമിഷം മുതൽ.

"സത്യവിശ്വാസികളേ, ക്ഷമയും നമസ്കാരവും മുഖേന നിങ്ങൾ സഹായം തേടുവിൻ. തീർച്ചയായും ക്ഷമിക്കുന്നവരോടൊപ്പമാകുന്നു അല്ലാഹു."

(സൂറ. അൽബഖറ 2:153)

✓ അവലംബങ്ങൾ (References)

ഈ കുറിപ്പിലുടനീളം നിങ്ങൾ വായിച്ച ഓരോ വാക്യത്തിന്റെയും ഹദീസിന്റെയും കൃത്യമായ സ്രോതസ്സ് ഇവിടെ ഒരുമിച്ചു ചേർത്തിരിക്കുന്നു - സ്വയം പരിശോധിക്കാനും കൂടുതൽ ആഴത്തിൽ പഠിക്കാനും നിങ്ങൾക്ക് ഇത് ഉപകരിക്കട്ടെ.

ഖുർആൻ സൂക്തങ്ങൾ

- സൂറ. അൽബഖറ 2:43, 2:153, 2:238
- സൂറ. അന്നിസാഅ് 4:103
- സൂറ. അൽഇസ്റാഅ് 17:1
- സൂറ. ത്വാഹാ 20:14, 20:130
- സൂറ. അൽമുഅ്മിനൂൻ 23:1-2
- സൂറ. അൽഅൻകബൂത്ത് 29:45
- സൂറ. ഖാഫ് 50:39

ഹദീസ് ഗ്രന്ഥങ്ങൾ

- സ്വഹീഹ് ബുഖാരി - ഹദീസ് 8, 349, 528, 723, 3887
- സ്വഹീഹ് മുസ്‌ലിം - ഹദീസ് 16, 82, 164, 395, 667
- ജാമിഉ തിർമിദി - ഹദീസ് 413
- സുനനു നസാഈ - ഹദീസ് 3939
- സുനനു അബീ ദാവൂദ്, ജാമിഉ തിർമിദി - ജിബ്‌രീൽ (അ) നമസ്കാര സമയങ്ങൾ പഠിപ്പിച്ച ഹദീസ്

ക്ലാസിക്കൽ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ

- ഇമാം അബൂ ഹാമിദ് അൽഗസ്സാലി - ഇഹ്‌യാ ഉലൂമുദ്ദീൻ
- ഇബ്നുൽ ഖയ്യിം അൽജൗസിയ്യ - അസ്സ്വലാത്തു വ ഹുക്മു താരികിഹാ
- ഇബ്നു കഥീർ - തഫ്സീറുൽ ഖുർആനിൽ അളീം

പൊതു ശാസ്ത്ര/സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര പശ്ചാത്തലം

- Jon Kabat-Zinn - Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) സംബന്ധിച്ച ഗവേഷണങ്ങൾ
- Émile Durkheim - The Elementary Forms of Religious Life (മതാനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ സാമൂഹിക ധർമത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ക്ലാസിക്കൽ സാമൂഹ്യശാസ്ത്ര സിദ്ധാന്തം)

- Mircea Eliade - The Sacred and the Profane (അനുഷ്ഠാനവും "വിശുദ്ധ സമയവും" സംബന്ധിച്ച തുലനാത്മക മതപഠനം)
- പൊതു ക്രോണോബയോളജി/ഉറക്ക ശാസ്ത്ര ഗവേഷണം - പ്രഭാത വെളിച്ചവും ജൈവഘടികാര ക്രമീകരണവും

> ഈ രേഖയിലെ എല്ലാ ഖുർആൻ, ഹദീസ് ഉദ്ധരണികളും തയ്യാറാക്കുന്ന സമയത്ത് പരിശോധിച്ചുറപ്പിച്ചവയാണ്. എന്നിരുന്നാലും, ആഴത്തിലുള്ള പഠനത്തിന് വായനക്കാർ യഥാർത്ഥ ഗ്രന്ഥങ്ങളും വിശ്വസ്ത പണ്ഡിതന്മാരെയും നേരിട്ട് സമീപിക്കണം എന്ന് അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّآ ۖ إِنَّكَ أَنتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

"ഞങ്ങളുടെ റബ്ബേ, ഞങ്ങളിൽ നിന്ന് നീ ഇത് സ്വീകരിക്കേണമേ; തീർച്ചയായും നീ എല്ലാം കേൾക്കുന്നവനും അറിയുന്നവനുമാകുന്നു."

സൂറ. അൽബഖറ 2:127

ഈ കുറിപ്പ് വായിച്ച ഓരോരുത്തർക്കും അവരുടെ കുടുംബത്തിനും, നമസ്കാരത്തിന്റെ മാധുര്യം അനുഭവിക്കാൻ അല്ലാഹു അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ. നമ്മുടെ അഞ്ചു നേരത്തെ നമസ്കാരങ്ങൾ അവൻ സ്വീകരിക്കുമാറാകട്ടെ.

ജസാകുമുല്ലാഹു ഖൈറൻ

وجزاكم الله خيرا